centre de croissance
renaissance

Programme Externe Centre St-Louis

262, rue Racine, (secteur Loretteville) Québec (Québec) G2B 1E6

THÈMES ET DATES DES MODULES D'ATELIERS PSYCHOÉDUCATIFS
DU 8 SEPTEMBRE 2014 AU 19 JUIN 2015

Thème	Date
Communiquer: trouver sa voix	8, 9 et 12 septembre 2014
Donner un sens à sa vie	15, 16 et 19 septembre 2014
Rythmes de base	22, 23 et 26 septembre 2014
Prendre soin de soi! C'est quoi ça?	29 et 30 septembre 2014, 3 octobre 2014
Suivre mon radar interne	6, 7 et 10 octobre 2014
S'épargner de la souffrance: mode d'emploi	14, 15 et 17 octobre 2014
Vivre avec les autres: un défi !	20, 21 et 24 octobre 2014
Peur et tristesse à la diète au profit de la joie	27, 28 et 31 octobre 2014
Budget d'énergie	3, 4 et 7 novembre 2014
La culpabilité: un fardeau inutile	10, 11 et 14 novembre 2014
Les nids de poule de la communication	17, 18 et 21 novembre 2014
Refouler ou exploser: des alternatives	24, 25 et 28 novembre 2014
Communiquer: trouver sa voix	1er, 2 et 5 décembre 2014
Donner un sens à sa vie	8, 9 et 12 décembre 2014
Rythmes de base	15, 16 et 19 décembre 2014
Prendre soin de soi! C'est quoi ça?	5, 6 et 9 janvier 2015
Suivre mon radar interne	12, 13 et 16 janvier 2015
S'épargner de la souffrance: mode d'emploi	19, 20 et 23 janvier 2015
Vivre avec les autres: un défi !	26, 27 et 30 janvier 2015
Peur et tristesse à la diète au profit de la joie	2, 3 et 6 février 2015
Budget d'énergie	9, 10 et 13 février 2015
La culpabilité: un fardeau inutile	16, 17 et 20 février 2015

Les nids de poule de la communication	23, 24 et 27 février 2015
Refouler ou exploser: des alternatives	2, 3 et 6 mars 2015
Communiquer: trouver sa voix	9, 10 et 13 mars 2015
Donner un sens à sa vie	16, 17 et 20 mars 2015
Rythmes de base	23, 24 et 27 mars 2015
Prendre soin de soi! C'est quoi ça?	30 et 31 mars 2015, 2 avril 2015
Suivre mon radar interne	7, 8 et 10 avril 2015
S'épargner de la souffrance: mode d'emploi	13, 14 et 17 avril 2015
Vivre avec les autres: un défi !	20, 21 et 24 avril 2015
Peur et tristesse à la diète au profit de la joie	27 et 28 avril 2015 et 1er mai 2015
Budget d'énergie	4, 5 et 8 mai 2015
La culpabilité: un fardeau inutile	11, 12 et 15 mai 2015
Les nids de poule de la communication	19, 20 et 22 mai 2015
Refouler ou exploser: des alternatives	25, 26 et 29 mai 2015
Communiquer: trouver sa voix	1er, 2 et 5 juin 2015
Donner un sens à sa vie	8, 9 et 12 juin 2015
Rythmes de base	15, 16 et 19 juin 2015

Notes

- Il y a relâche des ateliers pour la période des Fêtes entre le 20 décembre 2014 jusqu'au 2 janvier 2015.
- Le congé de l'Action de Grâce lundi 13 octobre 2014 est reporté au mercredi 15 octobre 2014.
- Le congé du Vendredi saint 3 avril 2015 est avancé au jeudi 2 avril 2015.
- Le congé du lundi de Pâques 6 avril 2015 est reporté au mercredi 8 avril 2015.
- Le congé de la Journée nationale des patriotes lundi 18 mai 2015 est reporté au mercredi 20 mai 2015.